

**PROGRAMME AGRICULTURE –  
GESTION DES RESSOURCES NATURELLES**  
*« Wula Nafaa »*

**PRODUCTION DE FONIO EN AFRIQUE  
DE L'OUEST 98 : 99**

Soumis par:

International Resources Group (IRG)  
1211 Connecticut Avenue, NW · Suite 700  
Washington, DC 20036 · United States  
Tel: 202-289-0100 · Fax: 202-289-7601  
[www.irgltd.com](http://www.irgltd.com)

Soumis à:

USAID/Sénégal  
2 Avenue Abdoulaye Fadiga  
Dakar, Sénégal



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



**GLUSA**

 Winrock International



International Resources Group

# SOMMAIRE

---

1	Production de Fonio en Afrique de l'Ouest 98 : 99.....	1
1.1	Qualités Nutritives .....	1
1.2	Quelques Caractéristiques Particulières du Fonio .....	2
1.2.1	Le Fonio, la céréale la plus savoureuse de toute l'Afrique de l'Ouest.....	2
1.2.2	Le Fonio graine de la vie et de bio diversité de l'Afrique .....	2
1.2.3	Le Fonio au cœur du patrimoine culturel africain.....	2
1.2.4	Le Fonio, régime et diabète .....	2
1.2.5	Le Fonio bientôt sur le marché mondial bio .....	3
1.3	Perspectives d'Expansion de Production et de Transformation.....	3

# 1 PRODUCTION DE FONIO EN AFRIQUE DE L'OUEST 98 : 99

Pays	Production (en tonnes)
Guinée Conakry	110 000
Mali	40 000
Burkina	12 000
Cote d'Ivoire	7 800
Sénégal	4 000
Tchad	212

## 1.1 Qualités Nutritives

Des recherches faites sur cette céréale révèlent des qualités diététiques exceptionnelles :

- ◆ Le Fonio est riche en méthionine et en cystine, acides aminés vitaux pour la santé.
- ◆ Le Fonio est riche en cystine.
- ◆ Le Fonio a des fibres très riches facilitant la digestion.
- ◆ Le Fonio n'augmente pas le taux de sucre (glycémie) dans le sang.
- ◆ Le Fonio est riche en fer.
- ◆ La bouillie de Fonio est bonne pour les enfants qui commencent à manger.



Les valeurs nutritives incontestées du Fonio poussent certains nutritionnistes à le comparer à l'œuf et à le recommander aux personnes atteintes d'obésité ou de diabète. Il est évident que la combinaison de la qualité de goût et de richesse nutritionnelle ouvre des perspectives d'avenir intéressantes.

**Tableau comparatif des constituants**

Constituants	Fonio décortiqué	Blé	Sorgho	Mil	Riz cargo
Glucides	83,5%	80,8%	81,4%	78%	86%
Protides	10%	14%	12%	14%	9%
Centres	1,5%	2,2%	1,6%	2%	1,5%
Lipides	4%	2%	4%	5%	2,5%

## 1.2 Quelques Caractéristiques Particulières du Fonio

### 1.2.1 LE FONIO, LA CEREALE LA PLUS SAVOUREUSE DE TOUTE L’AFRIQUE DE L’OUEST

En couscous, pâte, boulette, beignet, bouillie, pains, le Fonio est toujours bien gourmets et peut accompagner toutes les sauces (mafé, soupe kandia, thiou, thieboudiène, yassa etc.)

**Le Fonio, céréale coquette** : c’est parce qu’il faut près de 400 litres d’eau pour laver plusieurs fois 25 kg de Fonio que la céréale est réputée coquette.

**Le Fonio est une céréale biologique, rustique qui pousse à l’état nature**, il est peu exigeant et ne demande pas d’engrais. Elle est convoitée par les mordus du label bio. Un lycée hôtelier de Toulouse s’attache d’ailleurs à élaborer 150 recettes à base de Fonio destinées aux consommateurs.

### 1.2.2 LE FONIO GRAINE DE LA VIE ET DE BIO DIVERSITE DE L’AFRIQUE

Certaines variétés de Fonio viennent rapidement en maturité (6 à 8 semaines et peuvent être consommées bien avant la maturation des autres céréales cultivées dans le sahel. Pendant les quelques mois critiques de soudures, le Fonio devient alors la graine de la vie et permet d’assurer une transition alimentaire vitale pour les populations lorsque les autres céréales sont encore immatures et que les réserves de l’année précédente sont épuisées.

**Le Fonio est un très bon aliment, facile à digérer, cultivé, transformé essentiellement par les femmes des ethnies minoritaires** : au Sénégal le Fonio est cultivée par les femmes Bassari qui mettent environ **deux heures** d’horloge pour piler **deux kilogrammes** de Fonio.

### 1.2.3 LE FONIO AU CŒUR DU PATRIMOINE CULTUREL AFRICAIN

Compte tenu de son rôle pour la sécurité alimentaire des paysans dans toute l’Afrique de l’Ouest sahélienne, le Fonio fait l’objet d’un respect particulier. Sa culture, sa récolte, son battage et le décorticage effectué par les femmes au mortier traditionnel donnent lieu à de nombreuses festivités communautaires. Il constitue la céréale par excellence des cérémonies de mariage, baptêmes, initiations et cérémonies rituelles.

### 1.2.4 LE FONIO, REGIME ET DIABETE

Le Centre de Coopération International en Recherche Agronomique pour le Développement (CIRAD) a procédé à une étude pour identifier les potentialités du Fonio dans la lutte contre le diabète. Les analyses du grain de Fonio blanchi montre un profil adéquat pour l’équilibre diététique des diabètes :

#### **Faible teneur en sucres rapides (0,06% matière sèche)**

- ◆ Forte teneur en amidon (91% matière sèche)

- ◆ Forte teneur en amylose (28 matières sèche)
- ◆ Faible apport protéine (7,5 % matière sèche)
- ◆ Le Fonio est mieux équilibrés en acides aminés essentiels que les autres céréales.
- ◆ Le Fonio est riche en acides aminés soufrés et insulino-sécréteurs
- ◆ Le Fonio contient peu de facteurs anti nutritionnels

### 1.2.5 LE FONIO BIENTOT SUR LE MARCHÉ MONDIAL BIO

L'Entreprise Gaia spécialisée dans la production de produits bio (pains, biscuits etc..) va se lancer dans la commercialisation du Fonio sous forme de céréale et de farine dans les réseaux de diététiques français.

## 1.3 Perspectives d'Expansion de Production et de Transformation

Aujourd'hui on note réellement un regain d'intérêt pour cette céréale longtemps considérée comme une céréale de soudure des pauvres au niveau de tous les pays. Au Sénégal le Fonio prend également son essor. Les paysans des régions de Tambacounda, de Kolda et de Ziguinchor s'intéressent de plus en plus à cette culture pour résorber le déficit céréalier devenu chronique. Ce regain d'intérêt s'explique par les quelques recherches amorcées au niveau de la transformation avec l'invention de la machine à décortiquer le Fonio par le sénégalais Sanoussi Diakhaté et au niveau des qualités nutritives.

Un projet financé par le CFC (Common Fund for Commodities) portant sur l'amélioration des technologies post récolte du Fonio est en cours en Afrique de l'Ouest. Il associe le Mali l'Institut d'Economie Rurale (IER), la Guinée avec l'Institut de Recherche Agronomique de Guinée (IRAG), le Burkina avec le Centre National de la Recherche Scientifique et Technologique (IRSAT) et la France avec le Centre de Coopération Internationale de Recherche Agronomique pour le Développement (CIRAD).



Pour stimuler la commercialisation et la consommation du Fonio il faut améliorer les techniques de transformation par les petites entreprises ou les groupements de femmes. “*Wula Nafaa*” à travers le volet Retombées Communautaires contribuera à :

- ◆ Améliorer les techniques post récolte de battage, de nettoyage, à l’échelle des producteurs ;
- ◆ Améliorer la productivité ;
- ◆ Réduire la pénibilité du travail des femmes dans le domaine du décorticage ;
- ◆ Améliorer la qualité des produits à base de Fonio ;
- ◆ Accroître le marché du Fonio.